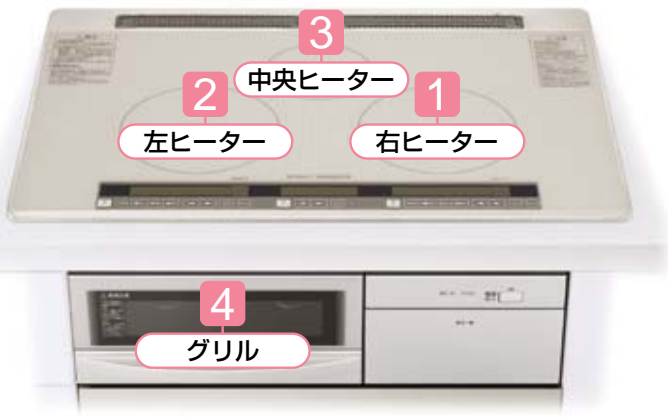
知っておいていただきたいこと

同時に使えるヒーターと火力制限

1 2 3 4 を全てできます。

- 合計の消費電力が5.8kW（または4.8kW）以内で使用できます。
- 1 2 で同時に揚げもの、自動湯わかし、自動炊飯、（適温サイン）炒めもの・ステーキはできません。
- 2 4 の同時使用時は 2 の最大火力が「9」目盛まで自動的に下がります。
- ヒーター使用時に他のヒーターを使用した際、「ピピピッ」とブザーがなってキーが受け付けない場合は、ヒーターの合計使用電力が超えていますので他のヒーターの火力を下げてから使用してください。

各ヒーターの同時使用時の組み合わせ例　<合計の消費電力>

	左ヒーター	右ヒーター	中央ヒーター	グリル
5.8kW設定時	火力11	火力12	—	—
	火力12	火力11	—	—
	火力 9	火力12	火力 3	—
	火力12	火力 9	火力 3	—
	火力 7	火力10	火力 3	入
	—	火力12	火力 3	入

	左ヒーター	右ヒーター	中央ヒーター	グリル
4.8kW設定時	火力 9	火力12	—	—
	火力12	火力 9	—	—
	火力 6	火力11	火力 3	—
	火力11	火力 6	火力 3	—
	火力 6	火力 7	火力 3	入
	火力 9	火力 5	火力 3	入

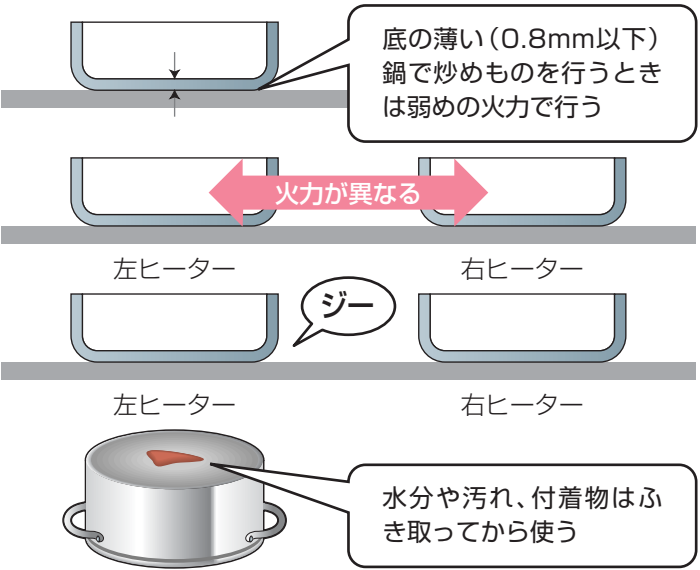
安全機能

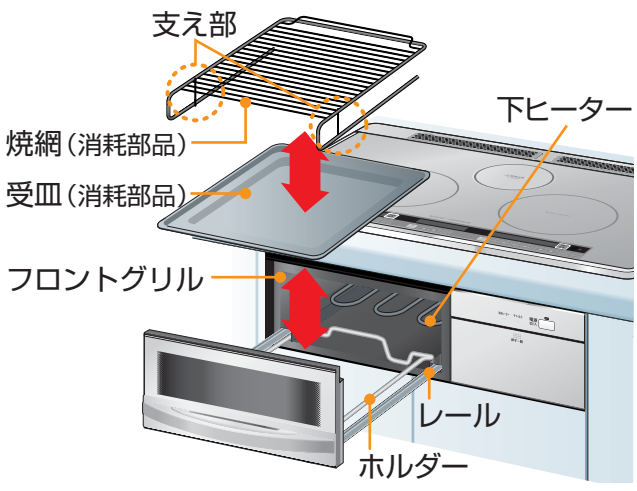
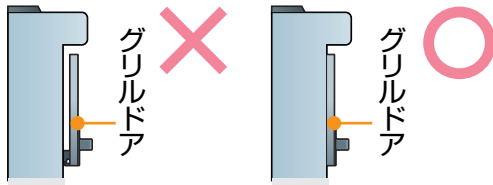
機　能	検知内容	自動停止・表示内容
鍋無し自動停止	通電中にIHヒーターから鍋をおろしたり、鍋の位置が大きくずれた。	約30秒後にブザーが鳴り自動的に通電を停止します。（30秒以内に戻せば通電は継続されます。）
小物検知自動停止	IHヒーターの上に、ナイフやフォークなどの金属製小物がある。または直径の小さな鍋がある。	約30秒後にブザーが鳴り自動的に通電を停止します。（金属製小物を取り除くか、または鍋を交換してください。）
揚げもの鍋反り検知自動停止	天ぷら鍋の鍋底の反りや変形が大きい。	ブザーが鳴り自動的に通電を停止します。（鍋を交換してください。）
上面操作部異常検知自動停止	上面操作部に調理物がふきこぼれたり、水滴などが付着している。上面操作部に鍋などを置いている。キーを長押ししている。	上面操作パネルの表示に CP と表示し、約10秒後にブザーが鳴り通電を停止します。➔P.47
切り忘れ防止自動停止	ヒーター通電後、約45分（グリル手動は約30分）経過した。	ブザーが鳴り自動的に通電を停止します。
過熱防止自動停止	鍋底温度が異常に上昇した。吸・排気口がふさがれたりして、本体内部の温度が異常に上昇した。	ブザーが鳴り自動的に通電を停止します。（鍋底の厚み、異物付着、または吸・排気口を確認してください。）
グリル温度過昇自動防止	グリル内の温度が異常に上昇した。	ブザーが鳴り自動的に通電を停止します。（グリル内を冷却してください。）
高温注意表示	トッププレートやグリルが高温（約80℃以上）になっている。	高温注意表示が消えるまで触らないようにしてください。高温注意表示中は自動調理はできません。
オートパワーオフ	電源「入」の状態で約30分放置された。	自動的に電源が切れます。（高温注意表示を行っているときは働きません。）

吸・排気

- 使用中、使用後しばらくは本体内部の温度上昇を抑えるために冷却ファンを作動させます。冷却ファンが作動すると、吸・排気カバー以外に本体の周囲からも風が少し出ますが異常ではありません。

IHヒーターと鍋

- 鍋底の厚さが薄い（0.8mm以下）鍋は、炒めものや空だきの強めの火力でのご使用はひかえ、弱めの火力で使用してください。（鍋底の変形を防ぎます。）
- 同じ鍋でも、左・右のIHヒーターで火力が異なる場合があります。また小さい鍋では、通電できる場合とできない場合あります。
- 左・右のIHヒーターの同時使用、または鍋の種類によって、音（ジー音、カチカチ音、キーン音など）が発生する場合があります。これは磁力線による鍋の振動で、異常ではありません。そのまま使用してください。
- 鍋底の水分や汚れ、付着物などは、必ずふき取ってから使用してください。（鍋が動いたり、湯気が噴出したりトッププレートに汚れが付着する恐れがあります。）

グリル

- 受皿にはアルミホイル、クッキングシートなどを入れないで使用してください。
- 焼網と受皿は必ずセットして使用してください。（やけどや火災の原因となります。）
- 受皿はホルダーにセットしてください。（ホルダーの接合部にのりあげたり、下ヒーターに直接載せないでください。）
- 焼網をセットするときは焼網の支え部を手前にして載せてください。
- グリルドアはフロントグリルに密着するまで押し込んでください。

左・右ヒーターで調理をする

ゆでる、煮る、蒸す、焼く、炒める、温める

お知らせ　右ヒーターで説明しています。

準備　材料を入れた鍋を
IHヒーターの中央に置く

1　電源 切/入 を「ピッ」と鳴るまで押し、
電源ランプを点灯させる

2　とろ火｜弱火｜中火｜強火

希望の火力を押し、
ランプを点灯させる

3　切/スタート を約1秒押し、**通電する**

調理する

4　調理が終わったら
切/スタート を押し、**通電を切る**

5　続けて使わないときは
電源 切/入 を押し、**電源を切る**

調理中はそばを離れず、調理の仕上がりに合わせ、火力を調節しましょう。

●調理中に火力を調節するには

とろ火｜弱火｜中火｜強火　または　◀｜▶

火力「1」火力「4」火力「7」火力「10」
を押す。

タイマーを使うときは ➔P.35

お知らせ

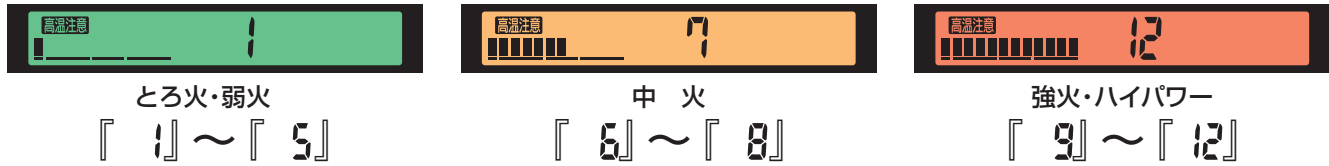
●少量の油を入れて予熱するときや、予熱の後で油を入れるときは、火力を弱めにするなど加熱し過ぎないようにしてください。
※油の温度が急激に上がり、油が発火することがあります。
●火力が強い場合、鍋ややかんの形状などによってはふきこぼれたり、蒸気が勢いよく出る恐れがあります。沸とうしたら火力を下げてください。
●煮込みなどで長時間ご使用時は、途中でかき混ぜるなどし、ふきこぼれや焦げつかせないようにしてください。特に調理タイマーを使用するときは焦げつきに注意してください。
●みそ汁やカレーのルーなど底に沈殿しやすいものを温め直すときは、『弱火』でかき混ぜながら行ってください。
※鍋底に沈殿したみそやカレーのルーなどが温まると突然ふき上げたり、鍋が跳ね上がることがあり、やけどの恐れがあります。
●鍋底の薄いもの、鍋底が反っているフライパンや鍋などは『強火』で予熱すると赤熱する場合があります。
●「火力」キーを押した後、約10秒以内に「切/スタート」キーを押さないとブザーが鳴り自動的に解除されます。

●トッププレートの温度が約80℃以下になるまで「高温注意」表示をします。

※ 切/スタート を押してから とろ火｜弱火｜中火｜強火 を押しても通電できます。

調理の種類と火力調節の目安

火力表示の見かた

とろ火・弱火	中　火	強火・ハイパワー
『 1』〜『 5』	『 6』〜『 8』	『 9』〜『 12』

●火力に応じて、液晶表示が3色に光り、バーの長さと数値で火力の設定状態を表示します。
●火力は「1」〜「12」まで調節できます。
●液晶表示は、左・右・中央ヒーターの操作を終えてから約10秒後に減光します。再度操作をすると、もとの明るさに戻ります。

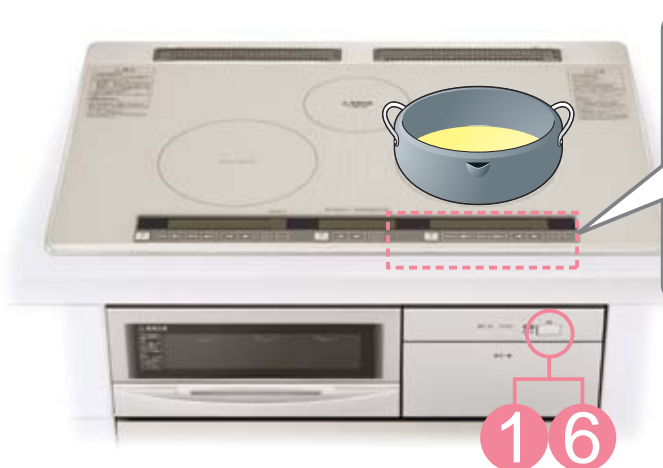
火力の目安

火力	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
消費電力	100W 相当	200W 相当	300W	400W	500W	800W	1.1kW	1.4kW	1.6kW	2.0kW	2.6kW	3.0kW

●火力「12」は火力が強いため、特に少量の食品を調理する時は、鍋やフライパンを傷める恐れがありますので、火力を下げることをおすすめします。
●火力「12」の連続使用時間は最大約10分です。10分を超えると自動的に火力「11」に下がります。
●火力「12」「11」の連続使用時間は合計で最大約15分です。15分を超えると自動的に火力「10」に下がります。

左・右ヒーターで調理をする（つづき）

揚げる（揚げもの温度コントロール）

お知らせ
●右ヒーターで説明しています。
●左・右ヒーターで同時に揚げものはできません。

お知らせ
●必ず付属の天ぷら鍋をご使用ください。
●油量は約500g（560mL）～約800g（900mL）を入れてください。

準備 油を入れた付属の天ぷら鍋をIHヒーターの中央に置く

1 電源切/入 を「ピッ」と鳴るまで押し、**電源ランプを点灯させる**

2 メニュー を押し、**「揚げもの」を点滅させる**

メニュー選択

3 ◀｜▶ を押し、**油温を設定する**

油温設定

4 切/スタート を約1秒押し、**通電する**

メロディーが鳴ったら適温です。

適温になったら調理する

●予熱が終了するとメロディーが鳴って、「**適温**」を表示します。
●約800gの油で約10分かかります。

5 調理が終わったら
切/スタート を押し、**通電を切る**

●トッププレートの温度が約80℃以下になるまで「**高温注意**」表示をします。

点滅
高温注意

6 続けて使わないときは
電源切/入 を押し、**電源を切る**

天ぷら鍋のお手入れは ➔P.39

温度調節の目安

付属の天ぷら鍋・油800gの場合

※油温設定は調理時の温度目安です。油量や材料により異なります。また材料が入っていない場合は、やや高めの温度になります。

付属の天ぷら鍋以外を使用しない
火災の原因になります。

揚げもの調理中は

- **揚げもの調理中はそばを離れない。**
- **付属の天ぷら鍋以外は絶対に使わない。**
  鍋底が変形したものは使わない。
- 鍋はヒーターの中央に置いてください。
- 必ず揚げもの温度コントロールを使用する。
- **油は500g(560mL)未満では調理しない。**
  (油が過熱され、発火する恐れがあります。)
- **油煙が多く出たら電源を切る。**

お願い

- 次のような場合、揚げもの鍋反り検知自動停止が作動し、通電を停止することがあります。
  - ・鍋底が約2mm以上反っていたり、変形した鍋を使用した場合(鍋を交換する ➔P.5)
  - ・鍋底やトッププレートに異物や汚れが付着している場合(お手入れをする ➔P.15、39)
  - ・予熱中に油を注ぎ足した場合(揚げもの温度コントロールの設定をし直す ➔P.18)

※油の種類によっては油煙が出る温度が異なります。(油の説明書を確認してください。)
※付属の天ぷら鍋は絶対に空だきしないでください。
※再使用油は油煙が出やすくなります。

- 揚げもの運転中に隣のIHヒーターで湯をわかすなどの調理を行う場合、湯が跳ねて油の中に入らないように火力の調節に注意してください。

左・右ヒーターで調理をする（つづき）

保　温

お知らせ　右ヒーターで説明しています。

準備　材料を入れた鍋を IHヒーターの中央に置く

1　電源 切/入 を「ピッ」と鳴るまで押し、**電源ランプを点灯させる**

2　メニュー を押し、「保温」を**点滅させる**

3　◀ | ▶ を押し、**温度を設定する**

4　切 スタート を約1秒押し、**通電する**

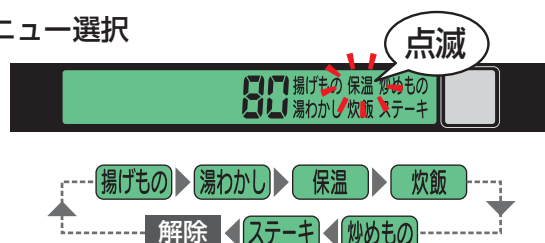
●保温中はときどきかきまぜて、焦げつかせないようにしてください。
●長時間保温すると焦げつく場合があります。
●保温中も温度を変更できます。

5　保温が終わったら 切 スタート を押し、**通電を切る**

6　続けて使わないときは 電源 切/入 を押し、**電源を切る**

お知らせ

●保温できるのは、汁物（みそ汁、スープなど）やカレー、シチューのみです。（ごはんや炒めものは保温できません。）
●保温できる量は約200〜800gまでです。
※必ず調理終了後のあたたかい調理物を保温してください。

メニュー選択

保温温度設定

カレー、シチューなど　　みそ汁、スープなど

温度は目安です。調理物の種類や量、鍋の材質・大きさにより実際の温度と異なる場合があります。

●最大約45分で自動的に通電を停止します。
タイマーを使うときは ➔P.35

●トッププレートの温度が約80℃以下になるまで「高温注意」表示をします。

(適温サイン) 炒めもの・ステーキ

お知らせ
- 使用できるフライパンには制限があります。➔P.12
- 左・右ヒーターで同時に(適温サイン)の同じメニューはできません。
- 右ヒーターで説明しています。

お願い
- 熱いフライパンは十分冷ましてからご使用ください。（油が過熱され、発火する恐れがあります。）
- *熱いフライパンを使用すると通電を停止する場合があります。*
- 予熱途中でフライパンをとりかえない、フライパンを動かさない。
- 油煙が多く出たら電源を切る。
- フライパンはヒーターの中央に置き、調理中はそばを離れない。
- 適温になるまでフライパンに材料を入れないでご使用ください。

準備 フライパンをIHヒーターの中央に置く

1 電源 切/入 を「ピッ」と鳴るまで押し、
電源ランプを点灯させる

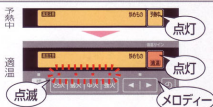
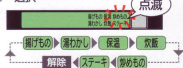
2 メニュー を押し、**「炒めもの」**または
「ステーキ」を点滅させる

メニュー選択

3 切 スタート を約1秒押し、**通電して** フライパンに油を入れる

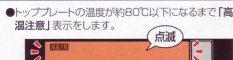
「高温注意」表示中は通電できません。

メロディーが鳴ったら適温です。

適温になったら希望の火力を押し、様子をみながら調理する
調理例 ➔P.54、55

- 予熱が終了するとメロディーが鳴って、「**適温**」を表示します。自動で予熱するため約4～5分かかります。お急ぎの場合はお好みの火力でご使用ください。➔P.16
- 「**適温**」表示後、約1分以内に「火力」キーを押さないとブザーが鳴り通電を停止します。
- 鍋の材質・大きさ・形状・置く位置により「**適温**」表示になっても鍋の温度が高すぎたり低すぎたりする場合があります。

4 調理が終わったら
切 スタート を押し、**通電を切る**

5 続けて使わないときは
電源 切/入 を押し、**電源を切る**

- トッププレートの温度が約80℃以下になるまで「**高温注意**」表示をします。

左・右ヒーターで自動調理をする

自動炊飯

●右ヒーターで説明しています。
●左・右ヒーターで同時に自動炊飯はできません。

お知らせ

●炊飯中は、飛まつ（泡）が飛び散ります。
●自動炊飯は、約37〜40分かかります。
●炊飯終了後、ふたが開かないときは『弱火』で少し加熱してください。
●炊飯の残時間が確定すると残時間を表示します。

準備 材料を入れた鍋 ➔P.23 を IHヒーターの中央に置く

1 電源 切/入 を「ピッ」と鳴るまで押し、**電源ランプを点灯させる**

2 メニュー を押し、**「炊飯」を点滅させる**

メニュー選択：揚げもの ▶ 湯わかし ▶ 保温 ▶ 炊飯 ▶ 炒めもの ▶ ステーキ ▶ 解除（点滅）

3 ◀ | ▶ を押し、**お米の量を設定する**

お米の量設定：1カップ ◀▶ 2カップ ◀▶ 3カップ

4 切/スタート を約1秒押し、**通電する**

「高温注意」表示中は通電できません。

●炊き上げ後、蒸らしが終わると、メロディーが鳴り、自動的に通電を停止します。

炊きかげん設定

●お好みにより炊きかげん（鍋底の焦げ具合）が調節できます。
通電スタート後のランプ点滅時（約10秒間）に ◀ | ▶ を押します

よわめ ◀▶ 標準 ◀▶ つよめ

5 自動炊飯が終わったら **すぐにほぐす**
続けて使わないときは
電源 切/入 を押し、**電源を切る**

●トッププレートの温度が約80℃以下になるまで「高温注意」表示をします。（点滅）

炊飯の準備

1 米をはかる

●1～3カップが炊けます。
●炊き上がりをお好みのかたさにしたいときは、水量を増したり減らしたりしてください。（増減する量は10%までに）

●**米を計量カップで量るとき**
• 炊飯器のカップ（180mL）▶ すりきりで量る
• 市販のカップ（200mL）▶ 180mLの目盛りに合わせる

白　米	水
1カップ（180mL）	220mL
2カップ（360mL）	420mL
3カップ（540mL）	550mL

無洗米	水
1カップ（180mL）	240mL
2カップ（360mL）	450mL
3カップ（540mL）	680mL

2 米を研ぐ

●充分に洗い流してください。（おこげが出来たり、ヌカ臭くなる原因）
●無洗米をご使用のときは、水を入れてにごりが強い場合は軽くすすいでください。

①たっぷりの水でサッとかき混ぜ、水を素早く捨てる。

②「研ぐ→洗い流す」をくり返し、水がきれいになるまで洗う。

3 米を研いだらざるに上げて充分に水切りをする

●ざるに上げたまま放置しないでください。（米が割れてべちゃつきの原因）

4 水を入れ30分以上浸し、水を含ませる（冬場は1時間以上）

●お湯は使わないでください。（芯が残る原因）
●アルカリ度の高い水で炊飯すると、ごはんが黄変したり、べちゃついたりする場合があります。
●無洗米は、必ず底からかき混ぜ米と水をなじませてください。

炊き込みごはんを炊くとき

●水量…調味料の分量だけ減らす（米は水だけで浸す）
●具……米の重さの30%程度

炊く直前に、調味料を入れてかき混ぜ、具を米の上に載せる。

左・右ヒーターで自動調理をする（つづき）

自動湯わかし

お知らせ ●右ヒーターで説明しています。
●左・右ヒーターで同時に自動湯わかしはできません。

お知らせ
●湯わかしができるのは、常温の水道水のみです。
●水以外のだし汁やスープ、ミルク、むぎ茶パックなどをわかさないでください。
●水量は1～2L（満水量の60%）までです。
●必ずふたをしてください。

準備 水を入れた鍋ややかんをIHヒーターの中央に置く

1 電源切/入 を「ピッ」と鳴るまで押し、**電源ランプを点灯させる**

2 メニュー を押し、**「湯わかし」を点滅させる**

メニュー選択

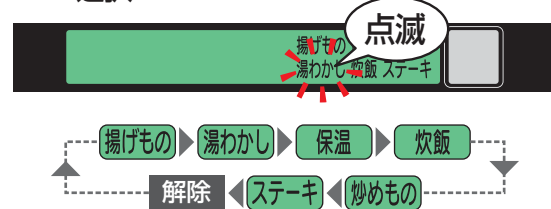
3 ◀ | ▶ を押し、**温度を設定する**

湯わかし温度設定

低め　標準　高め

4 切/スタート を約1秒押し、**通電する**

「高温注意」表示中は通電できません。

●お湯がわくとブザーが鳴り、約5分間保温します。
●保温が終わるとメロディーが鳴り、自動的に通電を停止します。

湯わかし中
ふたの開閉、水の追加はしないでください。
お湯がわくと

●鍋の材質・大きさ・水温・水量などにより、お湯がわく前にブザーが鳴ったり、わいてもすぐに鳴らない場合があります。

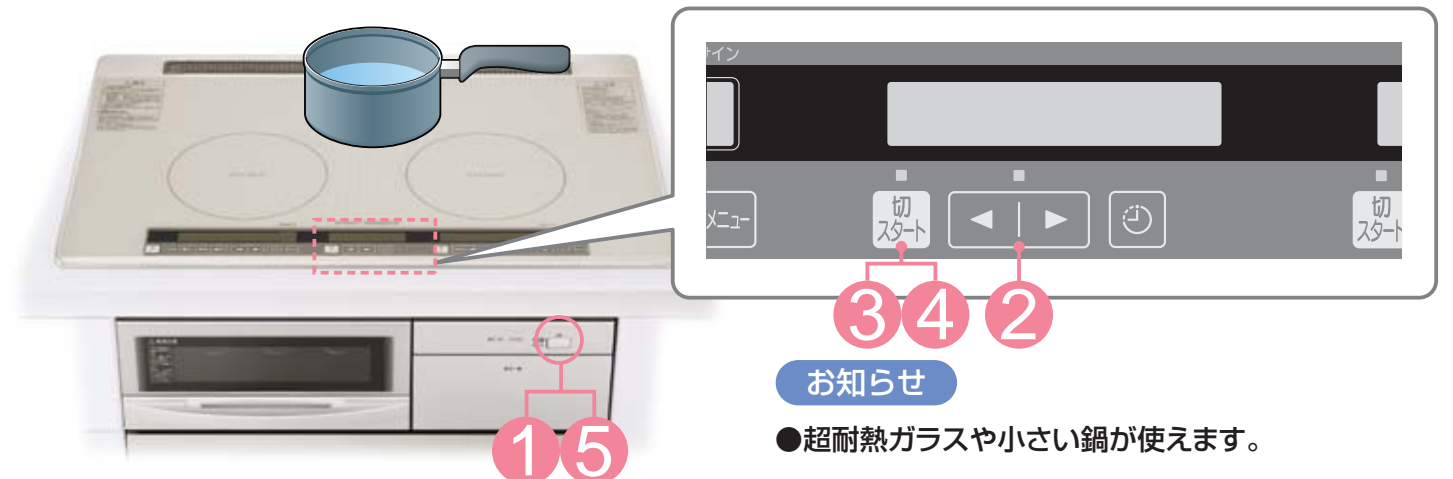
5 続けて使わないときは 電源切/入 を押し、**電源を切る**

●トッププレートの温度が約80℃以下になるまで「高温注意」表示をします。

中央ヒーターで調理をする

温める

お願い 中央ヒーターは赤熱し、トッププレートの表面が高温となります。使用中および使用後はトッププレートの温度が高くなっていますので、やけどに注意してください。また、絶対に可燃物を載せないでください。

お知らせ
●超耐熱ガラスや小さい鍋が使えます。

準備 材料を入れた鍋を中央ヒーターの中央に置く

1 電源切/入 を「ピッ」と鳴るまで押し、**電源ランプを点灯させる**

2 ◀ | ▶ を押し、**ランプを点灯させる**

3 切/スタート を約1秒押し、**通電する**

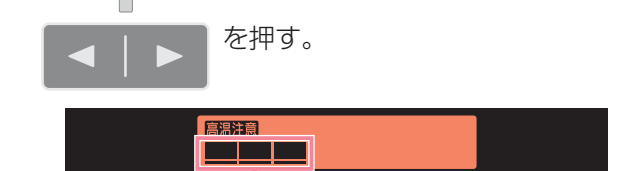
調理する

4 調理が終わったら 切/スタート を押し、**通電を切る**

5 続けて使わないときは 電源切/入 を押し、**電源を切る**

調理中はそばを離れず、調理の仕上がりに合わせ、火力を調節しましょう。

●調理中に火力を調節するには ◀ | ▶ を押す。

	火力	消費電力（約）
■■■	（火力「3」）	1.2kW
■■□	（火力「2」）	600W相当
■□□	（火力「1」）	300W相当

タイマーを使うときは ➔P.35

お知らせ
●中央ヒーターは、火力のコントロールや温度調節機能が働くため、ヒーターが赤くなったり消えたりすることがありますが故障ではありません。（火力「3」の場合でも温度調節機能が働き、ヒーターが赤くなったり消えたりします。）
●中央ヒーターの中に見える斜めのすじは、温度調節機能のセンサーです。

●トッププレートの温度が約80℃以下になるまで「高温注意」表示をします。

※ 切/スタート を押してから ◀ | ▶ を押しても通電できます。